

從上海的孩提歲月到在異國他鄉獨自打拚，從在《青春》一片中嶄露頭角到參演《小花》《末代皇帝》等經典電影，時代變遷中，著名演員、電影導演、作家陳沖以個體的堅韌，走出了獨特的生命軌跡。如今，她以散文集《貓魚》為舟，開啟了一場穿越時光的遠航——撥開記憶的迷霧，打撈那些定義了「我之所以為我」的瞬間。這不是一部傳統的自傳，而是一次對生命和記憶本質的文學叩問，而她亦於寫作中卸下所有表演，尋得了最真實的自己。

●文、攝：香港文匯報記者張岳悅

散文集《貓魚》：穿越時光探尋記憶本質

陳沖：文字對抗遺忘 真誠引發共情

其實《貓魚》這一書名承載着一段久遠而私密的記憶——「貓魚」源自舊時上海話「毛魚」，指菜場裏用於餵貓的漏網小魚。當陳沖回憶童年物質匱乏的歲月，猶記得自己與哥哥常靠鄰舍施捨的魚雜或購買廉價的「貓魚」餵養家中貓咪。而某個寒冬清晨，哥哥用兩分錢買回的貓魚中，有一條竟在碗中存活，即便短暫被凍成「冰化石」，最終仍在冰融後再度甦醒……如今孩童的生活中充滿「魔法」，而兄妹二人童年的「魔法」惟有那條微小而頑強的小魚。

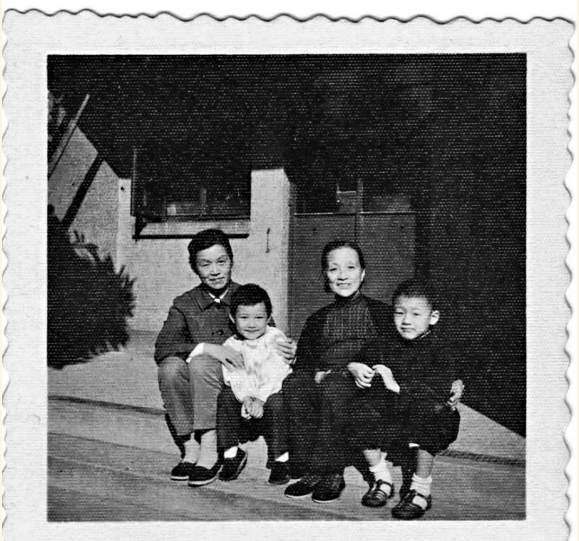
正如作家金宇澄為該書作序時所點明，「貓魚」二字如驀然回首的意象，貫穿始終，象徵着脆弱卻堅韌的生命力。而陳沖認為，每個藝術家的心底都游着一條這樣的「貓魚」——它既是永不枯竭的創作源泉，也是我們在日常生活中偶遇的每一個「奇跡」，「它象徵着那些已經、或者正在記憶中消失的昔日，將在書中像哥哥那條神奇的貓魚那樣，死而復生。」

一燈之光照見萬千心影

《貓魚》雖是一部非虛構作品，卻並非按部就班地記錄年齡與事件的傳統自傳，它最初以散文形式在《上海文學》上連載兩年，每月一篇，每篇約一萬字。這樣的創作節奏令陳沖感到自在而愉悅，正因為一開始沒有完整的規劃，她可以拋開一切束縛，直面自己的過往，純粹地表達想法。「無論是自己的弱點、虛榮，還是情感上的挫折與成長，我都已經誠實表達了出來。每個人的經歷或許不同，但情感的本質是相通的，讀者也會將心比心。」她始終相信，只要誠實地面對內心，寫出自己最想寫



●陳沖猶記得在故宮拍攝《末代皇帝》時的情景。《貓魚》插圖，中和出版供圖



●（左起）姥姥、陳沖、姥姥的姐姐、哥哥在老宅廊亭合影。《貓魚》插圖，中和出版供圖



●陳沖為讀者簽書。

陳沖相信，若將自己內心最想表達的東西寫出來，最終也會是讀者最喜歡的內容。

的內容，自然能觸動讀者，引發共情。

最令陳沖感到欣慰的是，許多讀者告訴她，書中故事勾起了屬於他們自己的記憶——關於童年、少年時代，或是某些情感經歷。「雖然我書寫的是個體的記憶與想像，但我覺得個體的表達往往能觸及某種普遍性。那些來自讀者的故事，有些非常動人，它們同樣承載着可以與他人共鳴的情感線索。」書中故事既不宏大也不說教，卻像一盞盞小燈，照亮了許多人未曾言說的內心角落，這或許正是寫作最美好的回響。

在寫作中找到真實自己

對陳沖而言，無論是在銀幕前還是人群中，總免不了一種「表演感」，「哪怕看上去很鬆弛，或者只是在人前闡述觀點、講述事情，這種表演感都會令人覺得疲憊。」而寫作，是卸下所有表演、與自我最坦誠的相遇。儘管多年從事演員、導演等敘事工作，她依然在散文創作中找到了前所未有的自由，正是在這種全然寧靜與自由的狀態中，思想得以深入，甚至能悟出當時未曾察覺的哲思。「寫作，其實是賦予你自己過往生命某種意義。為什麼同樣是那遙遠的事情，有些東西很模糊，而某些莫名的細節卻異常清晰？記憶到底是什麼？」

於是，她藉寫作穿越時光，在記憶的迷霧中探尋本質。書中承載着關於母親、外婆與祖屋的片段，這些記憶最為牽動她的情感，時常令她心潮翻湧；有些記憶隨歲月流轉，如同投入水中的石子，多年後拾起，棱角已被磨平；也有些記憶數十年未被觸碰，依舊保留着原本的模樣。她說，梳理回憶的過程始終是愉悅的，即便其中夾雜着創傷，也無需刻意迴避。事隔多年，痛苦已被歲月鍍上了一層光暈，「就像黃昏的光彩」。落筆時已不覺傷痛，反而在情感的梳理中獲得療癒。「年輕時情緒紛亂，從未像現在這樣



●陳沖日前以「虛實的縫隙——談《貓魚》中的記憶與幻象建構」為題在講座中分享創作故事和人生感悟。

細細梳理，許多事也從未向人提起。」她希望這本書為讀者帶來的，不僅是窺探名人生活的獵奇，更是一段充滿詩意的閱讀體驗。

AI無法替代有「身體」的文學創作

在實用層面，陳沖稱自己是AI的高頻使用者，尤其讚賞它在處理法律文件、商務郵件等正式文書時的獨特價值。她亦觀察到AI技術的快速進步，指出早期版本常出現「幻覺」和事實錯誤，但近年來其信息處理的準確性已大幅提升，足以勝任資料搜集等輔助性工作。

然而，一旦進入文學創作的領域，她的態度非常明確：「它真的不行。」她認為，最根本的原因在於，人類的創作深深植根於獨特的個體經驗之中。這種經驗不僅包括個人經歷，甚至蘊含在父母遺傳的基因裏，它首先表現為一種無法被量化的「直覺的感知」。更重要的是，人類的生命體驗與身體感受緊密相連，而AI是一個「沒有身體」的存在，目前還無法產出真正打動人心的文字。「一定程度上，我們是被寫作與創作所定義着的，如果AI有一天真的掌握了這種能力，或者產生了自我意識，那時我們就要更深層地去思考『我們到底創造了什麼』以及『我們為何而存在』。」

陳沖在《貓魚》中談到自己曾與金宇澄聊AI，因為金宇澄說過「很感謝文學，讓自己可以把很多無用的事情記錄下來」。陳沖則說：「那些無用的東西就是生命最本質的東西，人類無用的一切就是AI代替不了的一切，無用的東西是精神的、思想的，它的魅力和缺陷都是不可計算的、無法程序化的。」《貓魚》所記錄的，正是無法被算法歸類的記憶溫度和情感重量，也是在AI時代裏證明人類靈魂獨一無二的那道光。

在流雲與夜色間感受詩意

陳沖日前來港一連兩日出席講座，與香港大學新聞及傳媒研究中心總監楊紫燁及文化人許知遠探討創作的來源，又受聯合出版集團「一本讀書會」之邀，以「虛實的縫隙——談《貓魚》中的記憶與幻象建構」為題，與讀者分享創作與人生中的掙扎與感悟。工作之餘，她選擇與朋友開啟一場近乎即興的城市漫遊。從繁華里弄行至開闊水濱，她駐足凝望，被天際流雲的瞬息萬變深深吸引，颯風來臨前的天空彷彿正上演一場戲劇。「看着它們在天上被風一點一點地馳跑，每一朵雲的形狀都不會再重複。」在這無時無刻不在變化的天空劇場裏，她感受到一種純粹的愉悅，「自然賦予了我們這麼壯美的東西，還是免費的，可以盡情去遊逛。」

近兩小時的行走中，她品味着夜色下香港的美麗，也感慨這座城市的滋味。「香港的食物也很好吃，我很喜歡香港。」或許對她而言，真正的享受並非來自精密日程，而是源於這般自由、即興的瞬間——在夜幕與水色之間，做一個專注的觀察者，感受自然與城市交融的饋贈。



●舒勇認為，AI創作的創新之路布滿風險與挑戰。受訪者供圖

從古至今，畫家的工具不斷演變和豐富，每一種新工具的出現都為藝術創作開啟了無限可能。在數字時代，藝術創作者的「畫箱」裏，或許要再添一件新工具——人工智能（AI）技術。對全國政協委員、民進中央開明書院副院長舒勇而言，使用AI並不是為了創作更好的藝術作品，他所關心的是如何通過長期的AI藝術創作實踐，觸摸AI發展的底層邏輯。「AI這場顛覆性的技術浪潮正在重構人類社會的每一個結構單元，藝術創作也囊括其中，倘若我們今日不直面它，明日終將被它吞沒。AI並非冰冷的替代者，而是強大的

畫家舒勇：數字時代 用好AI這支「新畫筆」

賦能工具。」

破數據基座之困 立東方美學之魂

在實踐過程中，舒勇發現AI常以極其大膽、多元的方式進行創作，總能給他帶來意外之喜。「AI的創作方式顛覆傳統，也重新定義了『創作者』的角色——人們不再只是單向表達，而是在技術和創意之間摸索那條模糊的界線，反過來，AI也會以其獨特的個性影響創作者。在創作過程中，AI給了我很多啟迪，使我對符號、形象、色彩、結構和時空有了新的理解。」

他也清醒地看到，這條創新之路同時布滿風險與挑戰，而首要風險是原創性的消解與風格的同質化。AI模型基於既有數據訓練，極易再生產出流行的「平均美」，使藝術失去個性與情感。同時，訓練數據中未經授權的作品及生成結果對特定藝術家風格的過度「借鑒」，可能引發侵權爭議。由此，他認為運用AI的藝術創作者需具備複合型的素養與能力，「深厚的傳統藝術修養是根基，對構圖、色彩、光影和藝術史的深刻理解，

能賦予人超越算法的審美判斷力，使其能從海量生成結果中甄別出真正有價值的作品。」他補充道，更重要的是強大的概念與敘事能力，為創作注入獨特的思想、情感與靈魂，確保作品的原創性和人文深度，並始終對創作過程保持必要的反思。

另一方面，他認為運用AI技術對中華優秀傳統文化進行傳承與創新，是一場具有深遠意義的探索。「我的實踐始終致力於在傳統精神與當代表達之間建立對話，將古典美學轉化為這個時代可感可知的視覺語言與情感體驗。」通過反覆嘗試與思考，他逐漸意識到，真正有意義的創作是需要深入理解傳統藝術中的哲學內核。在此基礎上，藉助生成式模型的語言，以精心構建的提示詞引導技術捕捉難以言傳的意境，例如用「蒼潤的墨色」「石青與硃砂交織的瑰麗」等描述，去生成既承古意、又見新風的畫面。

他亦直言，在創作過程中常遇到「水土不服」的問題，例如當輸入基礎詞彙時，AI呈現的結果傾向西方形象。而這一問題的核心癥結在於「數

據根基」——當今主流AI大模型賴以學習和構建世界觀的訓練數據池中，大量西方文化數據構成了其認知的「主體基座」。「長此以往，我們藉助AI進行的表達與傳播，可能不知不覺被『帶偏』，導致中國價值觀難以精準傳達。所以，未來我將全力推動建設由中國自主主導、深植中華優秀傳統文化基因的結構性數據庫，並打算聯合重點高校共同成立『科技與藝術深度融合人工智能創作實驗室』，聚焦AI賦能文化創新，開展傳統美學元素的智能轉譯、文化意象的生成式重建及跨媒介敘事的技術實現等前沿研究。」



●舒勇藉助AI工具創作的作品。受訪者供圖